

# Una revisión sobre el bienestar psicológico y rendimiento académico en estudiantes de pregrado

## A review of psychological well-being and academic performance in undergraduate students

José Luis Vargas Cuadros<sup>1\*</sup>

<sup>1</sup>Universidad Continental

### RESUMEN

El mundo de hoy, tiene como característica primordial la competitividad profesional. El performance académico puede ser un punto de partida para la inserción al mundo laboral. Sin embargo, el logro de este depende de muchos factores. Entre ellos la sensación de salud a nivel personal. Es arto conocido que en la actualidad ya no solo se considera la salud como la ausencia de enfermedad sino se genera una visión más integral de armonía del aspecto físico, psicológico y social del ser humano. Diversas investigaciones señalan al bienestar psicológico como una variable relacionada al rendimiento académico que podría establecer ciertos patrones de comportamiento. En ese sentido estamos frente a un dato importante que podría determinar un mejor desempeño académico en estudiantes universitarios. La presente es una revisión teórico descriptivo de tipo documental consideraron los siguientes descriptores; "bienestar psicológico", "rendimiento académico", "pre grado", "salud mental", "universidad". Sistematizando la información relevante que permitieron realizar divergencias de análisis de cada uno de los núcleos temáticos. En conclusión, existe una relación directa entre el bienestar psicológico y el rendimiento académico en los estudiantes de pregrado.

**Palabras clave:** Bienestar psicológico, rendimiento académico, modalidad semipresencial, pre grado.

### ABSTRACT

Today's world has as its main characteristic professional competitiveness. The academic performance can be a starting point for the insertion to the labor world. However, the achievement of this depends on many factors. Among them the sense of health at a personal level. It is well known that nowadays, health is no longer considered as the absence of disease but rather a more integral vision of harmony of the physical, psychological and social aspect of the human being is generated. Several investigations point to psychological well-being as a variable related to academic performance that could establish certain patterns of behavior. In that sense we are facing an important fact that could determine a better academic performance in university students. The present is a descriptive theoretical review of documentary type considered the following descriptors; "Psychological well-being", "academic performance", "pre-degree", "mental health", "university". Systematizing the relevant information that allowed to make divergences of analysis of each one of the thematic nuclei. Thus it is concluded by the various reviews that there is a direct relationship between psychological well-being and academic performance in undergraduate students.

**Keywords:** Psychological well-being, academic performance, blended modality, undergraduate.

Historial del artículo:

Recibido, 18 de junio de 2018; aceptado, 02 de abril de 2019; disponible en línea, 15 de mayo de 2019

Correo autor para correspondencia: [jvargas@continental.edu.pe](mailto:jvargas@continental.edu.pe)

Este es un artículo de acceso abierto, licencia CC BY (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>)

## INTRODUCCIÓN

La calidad educativa en el Perú es un gran reto y desafío para las universidades públicas y privadas. La preocupación de las universidades por ofrecer una enseñanza de calidad supone considerar todas las variables implicadas en el proceso enseñanza-aprendizaje.

El estado peruano a través de Superintendencia Nacional de Educación Superior Universitaria (SUNEDU) quien tiene entre sus funciones supervisar la calidad del servicio educativo universitario a nivel nacional y otorgar las licencias a las universidades, la cual es de forma temporal, renovable y con una vigencia de 6 años. Sigue sigilosamente los pasos de las universidades garantizando de esta forma la calidad educativa acorde a los parámetros establecidos. Sin embargo, esto no es suficiente. El problema es más complejo.

Según el Fondo Nacional de Desarrollo de la Educación Peruana (FONDEP, 2018), quienes presentaron un diagnóstico de la situación de la calidad de la educación superior en el Perú, concluyeron que: "La calidad de la educación superior es muy heterogénea con un límite inferior bajo y esto se debe principalmente a que las instituciones de educación superior no tienen incentivos ni recursos suficientes para invertir en calidad. Según el Comercio, (2017) más de 630 mil jóvenes existen en el Perú, de ellos el 15% actualmente está cursando la educación superior, 76% piensa seguirla y el 9% restante no planea estudiar. Un informe realizado por el Grupo de Analytics para el Desarrollo sobre la situación de las universidades peruanas, el porcentaje estimado de alumnos que ingresan a la universidad y consigue licenciarse oscila entre el 35% y 55%.

Según Gujosa (2018) señala que en Latinoamérica solo la mitad de los estudiantes entre 25 y 29 años terminan sus estudios universitarios. Por si fuera poco el 50% de estos abandonos sucede durante el primer año. Que desalienta a los estudiantes: un 36% señala que es la gestión del tiempo, el 35% culpa a la ansiedad y el miedo al fracaso, un 31% al agobio ante las distintas responsabilidades, 25% a la carencia de habilidades de aprendizaje y el 24% señala que se debe a la incapacidad de concentración.

El rendimiento académico universitario se ve afectado por múltiples variables desde la economía hasta la calidad educativa. El artículo 102 de la ley Universitaria 30220, señala que: "La desaprobación de una misma materia por tres veces da lugar a que el estudiante sea separado temporalmente por un año de la universidad y si desaprueba por cuarta vez procede su retiro definitivo". Este artículo pone en alerta constante al estudiante universitario y a su rendimiento académico.

Por otro lado, muchos años se ha considerado a la salud como la ausencia de enfermedad haciendo que los estudios se enfoquen en las patologías. Sin embargo los últimos diez años se ha definido a la salud como un equilibrio tanto de bienestar físico, mental y social. (Pardo, 2010, p.10).

En resumen, habría que establecer que la salud mental es el equilibrio entre lo que pensamos, hacemos y sentimos. (OMS, 2013)

Entonces se desprende de que el bienestar hace que la persona conozca sus potencialidades y al mismo tiempo esto le permita sobrellevar las preocupaciones de la vida y realizar sus labores cotidianas de manera exitosa aportando a su comunidad en general.

Entender el crecimiento académico bajo el modelo de análisis del bienestar psicológico es fundamental. Donde el funcionamiento humano óptimo es el que produce una mayor cantidad de emociones positivas o de placer, relaciones positivas optimas con otros, tener claro un proposito en la vida, un control sobre el ambiente, autonomia para poder desarrollarse holísticamente, un nivel de autoaceptación que le permita conocer sus debilidades y fortalezas, todo ello enmarcado en su proposito en la vida. En tal sentido el bienestar psicológico podría ser determinante en el logro de sus metas personales y profesionales del estudiante universitario.

Los recursos de verificación fueron obtenidos de los repositorios de las universidades UNAM, Cesar Vallejo, Ricardo Palma, Peruana Unión, Federico Villarreal, Alas Peruanas.

Correa y Villaseñor (2016) investigaron sobre "Bienestar psicológico, metas y rendimiento académico", la muestra estuvo conformada por 230 estudiantes de educación superior inscritos en el primer semestre de la licenciatura en Psicología de la Facultad de Estudios Superiores Zaragoza de la UNAM,

169 hombres (33.5%) y 335 mujeres (66.5%) con un rango de edad de 16 a 28 años. Presento un estudio correlacional. Los hallazgos más importantes fueron los siguientes: un 51.5% de los estudiantes presentó niveles promedios en el bienestar psicológico global, evidenciando sentirse bien consigo mismos a pesar de conocer las propias limitaciones. También un 29.6% obtuvo niveles altos en la dimensión de dominio del entorno, es decir, que los universitarios de las diversas carreras, se sienten capaces de influir en su contexto y poseen una mayor sensación de control del mundo según sus preferencias, buscando satisfacer sus deseos o necesidades propias. Por otro lado, un 25.4% presentan niveles bajos en la dimensión de autonomía, presentando una deficiencia al lograr su independencia, teniendo bajos niveles de asertividad, indecisión y actitud sumisa y complaciente. En los hombres, el menor porcentaje obtenido en el nivel bajo fue en la dimensión de autonomía con un 30.9% y en las mujeres fue la dimensión de crecimiento personal con un 22.7%. Las dimensiones en las cuales los varones presentaron los mayores porcentajes en el nivel alto fueron las dimensiones de propósito en la vida y dominio del entorno (30% en ambas), porcentaje cercano al presentado por las mujeres en el nivel alto de la dimensión de relaciones positivas (30.7%).

Trucchi y Lucchese (2013) en su investigación denominada Relación entre rendimiento académico, bienestar psicológico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de la carrera de medicina en la Universidad de Córdoba Argentina. La metodología que utilizaron fue un estudio observacional el cual se trabajó a partir del "Cuestionario Determinantes relacionados con el rendimiento académico" implementado a 374 alumnos. El análisis de los datos que efectuaron a través del procesamiento estadístico con análisis bivariado ( $p < 0,05$ ) y análisis factorial de correspondencia múltiple. Los resultados más importantes que hallaron fueron que: Los alumnos con "Rendimiento MB/B" presentan altos niveles de satisfacción y bienestar utilizando un afrontamiento directo que contribuye a "enfrentar las situaciones que preocupan" mediante la "solución de problemas". En tanto que los alumnos con "Rendimiento R/I" perciben "disgusto con la mayoría de los aspectos de su personalidad" sintiéndose impedidos para responder satisfactoriamente a las demandas del ambiente, asumiendo "comportamientos de evitación" como forma de afrontamiento. Por lo tanto el rendimiento académico de los estudiantes se asocia con la presencia de bienestar psicológico, satisfacción con respecto a los logros alcanzados y el afrontamiento de situaciones estresoras.

Sandoval y Dorner (2017), en su estudio Bienestar psicológico en estudiantes de carreras de la salud, aplicado en Chile, donde las carreras de salud han experimentado un auge en interés y matrícula en la última década; el desafío fue hacer frente a la diversidad de perfiles de ingreso. En este escenario se hizo imprescindible conocer las características socioemocionales y psicopedagógicas de aquellos que serán los encargados de desarrollar un plan de cuidado hacia las personas, con el fin de apoyarlos durante su desarrollo profesional. Método de la investigación se desarrolló bajo el paradigma positivista. Es un estudio descriptivo de corte transversal. En donde participaron de forma voluntaria 190 estudiantes de salud de ambos géneros ( $M = 20.94$ ,  $DT = 3.17$ ). Se utilizó la escala de Bienestar Psicológico de Ryff (1989). Los resultados que hallaron indican que un 40.6% de los estudiantes declaran tener claridad respecto a su propósito en la vida. Sin embargo, un 41.7% poseen un nivel deficitario de relaciones positivas con el entorno, un 26.6% declaran bajo nivel de autonomía y un 25.3%, bajo nivel de crecimiento personal. Las mujeres presentan medias más altas en las dimensiones relaciones positivas, dominio del entorno y crecimiento personal. Los hombres, un promedio más alto en autonomía. Los resultados indicarían que se deben generar dispositivos desde las carreras de salud para apoyar el desarrollo socioafectivo de sus estudiantes.

Carranza (2014), en su estudio titulado "Bienestar psicológico y rendimiento académico en los estudiantes de la escuela académico profesional de psicología de la Universidad Peruana Unión filial Tarapoto, 2014". Utilizó un diseño no experimental de tipo descriptivo, correlacional. La muestra de estudio con la que trabajo estuvo compuesta por 210 estudiantes de Psicología. Sus resultados evidencian que existe una relación directa y altamente significativa entre bienestar psicológico y rendimiento académico ( $r = 0.300$ ,  $p < 0.01$ ) en los estudiantes de la Escuela Académico Profesional de Psicología de la Universidad Peruana Unión Filial Tarapoto. Esto quiere decir que cuanto mayor sea el bienestar psicológico mejor será el rendimiento académico.

Encontró un gran porcentaje de estudiantes de psicología que manifiestan una alta tendencia en las categorías de un nivel promedio y alto de bienestar psicológico (50.0% y 24.8%). En la dimensión auto aceptación predominó un 43,6% en promedio, 33,7% bajo. En relaciones positivas, un 68,8% bajo y un 29,7% promedio. En la dimensión autonomía, promedio un 54.0% y bajo un 26,7%; en la dimensión dominio del entorno, promedio 68,3% y bajo 31,7%; en la dimensión crecimiento personal, promedio 42,1% y alto 51,5% y finalmente en la dimensión Propósito en la vida un 46,5% promedio, bajo un 34,2% y

alto un 19,3%. Entonces se pone de manifiesto que los altos niveles de bienestar psicológico son mejores predictores del rendimiento académico. En este estudio se encontró una relación significativa entre el bienestar psicológico y el rendimiento académico.

Tello (2018) en su estudio "Calidad de vida y bienestar psicológico en estudiantes de psicología de una Universidad Nacional de Lima Metropolitana" La metodología que utilizó para obtener los datos consistió en la aplicación de dos instrumentos: la escala de bienestar psicológico de Ryff y la escala de calidad de vida de Bernes & Olson. La población con la que trabajo estuvo conformada por 1163 estudiantes universitarios y su muestra fue no probabilística y de manera intencionada. Los resultados que encontró evidencian que no existen diferencias entre la calidad de vida según sexo y año académico, así mismo respecto al bienestar psicológico no hay diferencias según sexo, sin embargo se observa diferencias significativas según año de estudio, encontró que la relación entre la calidad de vida y el bienestar psicológico es directamente proporcional.

Encontró que los estudiantes universitarios de la facultad de psicología presentan un puntaje promedio en el Bienestar Psicológico, contando con 67.7% de la muestra, seguido por el puntaje bajo con 16.5% y el puntaje alto cuenta con el 15.8 % de su muestra de estudio.

Córdova (2016), en su trabajo de investigación titulado: "Bienestar psicológico y su relación con el rendimiento académico de los estudiantes del sexto semestre de la Escuela Profesional de Estomatología de la Universidad Alas Peruanas filial Cusco-2016." El enfoque de investigación que se planteó fue cuantitativo, de alcance descriptivo y correlacional con un diseño No experimental, transversal. La investigación se realizó en una muestra de 40 alumnos, para la recolección de datos el instrumento que se aplicó fue el cuestionario para ver el grado de relación, y el promedio ponderado de los alumnos para poder medir su rendimiento académico. Los resultados obtenidos de la aplicación de dicha investigación, demuestran que existe una relación directa y significativamente alta entre la variable Bienestar Psicológico y la variable Rendimiento Académico. Lo que implica que, cuando un alumno se encuentra con un bienestar Psicológico adecuado, ello repercute positiva y significativamente en su rendimiento Académico. Asimismo, demostraron estadísticamente la hipótesis general en la que ambas variables de estudio son dependientes directamente una de la otra en términos de relación.

## CONCLUSIONES

Las diversas investigaciones realizadas en entornos diferentes al Peru, demuestran que existe una relacion directa entre el rendimiento academico y el bienestar psicológico. Estas coinciden con los datos encontrados en nuestro pais. Identificando asi la relacion entre estas dos variables.

Estos estudios se realizaron con estudiantes en todos los casos de de pre grado de modalidades presenciales o tradicionales.

Dichos estudios concluyen entonces de que el tener un bienestar psicologico adecuado permite a los estudiantes obtener un mejor rendimiento academico.

Por otro lado consideremos que en la modalidad semipresencial de la Universidad Continental existen dos programas que vienen siendo ofertados y de los cuales sus estudiantes tienen particularidades en su forma de llevar su carrera y su vida personal, pues estas son personas que trabajan en la semana.

Dicho ello estos estudiantes traen consigo a clases preocupaciones laborales, dificultades personales y/o familiares, desencadenando un factor externo que puede mermar su desempeño academico. En vista de que los primeros años de formacion profesional son trascendentales para continuar sus estudios universitarios sería importante realizar un estudio considerando ambas variables; bienestar psicologico y rendimiento academico en estudiantes de la modalidad semipresencial, de tal manera que permitira hacer una mejor prediccion del rendimidnto academico y por ende de la permanencia de estudiantes para la culminación posterior de la misma.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alfonso, S., Correa, M., Del Refugio, C. y Villaseñor, M. (2016). Bienestar psicológico, metas y rendimiento académico. *Vertientes Revista Especializada en Ciencias de la Salud*.
- Aliaga Tovar, J. (2001). Variables psicológicas relacionadas con el rendimiento académico en matemática y estadística en alumnos del primer y segundo año de la Facultad de Psicología de la UNMSM. *Revista de Investigación en Psicología*.
- Bolívar, A. (1993). *Culturas profesionales en la enseñanza: Cuadernos de Pedagogía*.
- Califano, J., Van Der Riet, P., Westra, W., Nawroz, H., Clayman, G., & Piantadosi, S. (1996). Genetic progression model for head and neck cancer: implications for field cancerization.
- Canguilhem, G. (2001). ¿Qué es la psicología? *ElSeminario.com.ar*
- Carranza Esteban, R. F. (2014). Bienestar psicológico y rendimiento académico en los estudiantes de la escuela académica profesional de psicología de la Universidad Peruana Unión filial Tarapoto, 2014. Tarapoto: Universidad Peruana Unión.
- Castro, A., & Díaz, J. F. (2002). Objetivos de vida y satisfacción vital en adolescentes españoles y argentinos de entornos rural y urbano. *Psichotema*, 112-117.
- Castro, A. (2009). El bienestar psicológico: cuatro décadas de progreso. Jean Jaures. Buenos Aires. Argentina.
- Castro, A., Sánchez M. (2000). Objetivos de vida y satisfacción autopercebida en estudiantes universitarios. *Psicothema* ISSN 0214 – 9915.
- Castejón Costa, J. (1998). Un modelo causal-explicativo sobre la influencia de las variables psicosociales en el rendimiento académico. *Bordón* N° 50.
- Claudia H. Herrera M., Jiménez G. y Sánchez R. (2015). El rendimiento académico en universitarios, una revisión teórica a las variables internas y externas. Lima. Universidad Cesar Vallejo.
- Comercio, E. (23 de 01 de 2017). *Diario el Comercio*. Obtenido de [elcomercio.pe: https://elcomercio.pe/suplementos/comercial/carreras-universidad-institutos/conoce-perfil-postulante-universitario-1002571](https://elcomercio.pe/suplementos/comercial/carreras-universidad-institutos/conoce-perfil-postulante-universitario-1002571)
- Díaz, D. (2006). La evaluación del bienestar: poder, procesamiento de la información y confianza. El modelo del estado completo de salud. Madrid: Universidad Autónoma de Madrid.
- Díaz, J., & Sánchez, M. P. (2002). Relaciones entre estilos de personalidad y satisfacción autopercebida en diferentes áreas vitales en estudiantes universitarios. *Psichotema*, 100-105.
- Du, M., Luo, Y., Zeng, X., Alkhatib, N., & Bedi, R. (2007). Caries in preschool children and its risk factor in 2 provinces in China. *Quintessence Int.*
- Emmons, R. (1986). Personal strivings: An approach to personality and subjective well being. *Journal of personality and social psychological Issues*, 18-164.
- Freddy Manuel Cortez Bailón<sup>1</sup>, Johanna Lissette Tutiven Campos<sup>2</sup>, Marcia. (2017). Determinantes del Rendimiento Académico Universitario. *Revista Publicando*, 4 No 10. (1). 2017, 284-296. ISSN 1390-9304/284, 8.
- Gaxiola Romero, J. C., & Palomar Lever, J. (2016). *El bienestar psicológico*. México: Qartuppi.
- González, R., Montoya, I., Casullo, M., & Bernabéu, J. (2002). Relación entre estilos y estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes. *Psicobema*, 363-368.
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la Investigación*. 6ta. Edición. México: Mc Graw Hill.
- Jesús, t. S. (2018). Calidad de vida y bienestar psicológico en estudiantes de psicología de una universidad nacional de Lima metropolitana. Lima: Universidad Nacional Federico Villarreal.
- Keyes, C., Ryff, C., & Shmotkin, D. (2002). Optimizing well-being: The empirical encounter of two traditions. *Journal of personality and social psychology*.
- Miranda Córdova, E. E. (2016). Bienestar psicológico y su relación con el rendimiento académico de los

- estudiantes del sexto semestre de la Escuela Profesional de Estomatología de la Universidad Alas Peruanas filial Cusco-2016. Cusco: Universidad Andina del Cusco.
- Pearson, A., Frydenberg, E., & Poole, C. (1996). Overachievement and coping strategies in adolescent males. *British journal of educational psychology*, 109-114.
- Peruana, F. N. (18 de 01 de 2018). FONDEP. Obtenido de Fondep.gob.Pe: <http://www.fondep.gob.pe/presentan-diagnostico-de-la-situacion-de-la-calidad-de-la-educacion-superior-en-el-peru/>
- Peterson, C. (2006). *A primer in positive psychology*. Nueva york: Oxford University Press.
- Peterson, P., Bourgeois, D., Ogawa, H., Estupinan-Day, S., & Ndiaye, C. (2005). The global burden of oral diseases and risks to oral health. *Bull World Health Organ*.
- Piérola, G. (2001). *La salud y sus determinantes*. Concepto de Medicina Preventiva y Salud Pública. Barcelona: Masson.
- Pizarro, R. (1985). *Rasgos y actitudes del profesor efectivo*. Chile: Grado de Magíster en Ciencias de la Educación Pontificia. Universidad de Chile.
- Romero Carrasco, A. E., Brustand, R. J., & García Mas, A. (2007). Bienestar psicológico del ejercicio y el deporte. *Revista Redalyc*.
- Rodríguez, S., Fita, E., & Torrado, M. (2004). El Rendimiento Académico en la Transición Secundaria. *Revista Educación*.
- Ryan, R. y Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of hedonic and eudaimonic wellbeing. *Annual Review of Psycholog*.
- Ryff, C., & Keyes, C. (1995). The estructura of psychological well-being revisited. *Journal of personality and social psychology*, 719-727.
- Seligman, M. E. (2002). *Authentic happiness: Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment*. New York: Simon and Schuster.
- Seligman, M. E., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American psychologist*, 5-14.
- Sintonen, H., & Linnosmaa, I. (2000). *Economics of dental services*. Amsterdam: Handboock of health economics.
- Touron, J. (1985). *La predicción del Rendimiento Académico: Procedimientos, Resultados e Implicaciones*. Dialnet
- Uribe Mallarino, C. (2004). Desarrollo social y bienestar. *Revista Redalyc*, 11-25.
- Van Dierendonck, D. (2004). The construct validity of ryffs scale os psychological well-being and its extensión with spiritual well-being. *Personality and individual differences*, 629-644.
- Vázquez, C., & Hervás, G. (2009). *La ciencia del bienestar: Fundamentos de una psicología positiva*. Madrid: Alianza editorial.
- Villena, M. N. (2013). *Factores Determinantes del rendimiento académico de los estudiantes universitarios en el Perú, entre los años 2009 y 2013*: Universidad Nacional de Trujillo.
- Waterman, A. S. (1993). Two conceptions of happiness: Contrast of personal expressiveness (eudaemonia) and hedonic enjoyment. *Journal of Personality and Social Psychology*.